

CIRCUITS ET CONSIGNES DE COURSE

MD VTT'O Soorts-Hossegor / Seignosse 10/03/2019

Circuits	Distance meilleur itinéraire	D+	Postes
A : Violet Long	16,8 km	200m	18
B : Violet	13,5 km	150m	16
C : Orange	10,9 km	90m	13
D : Bleu	7,1 km	70m	12












Circuits Violet long, Violet court, Orange: Compétiteurs ou non-licencié avec pass'compet (avec certificat médical)

Circuit Bleu : (Jeunes enfants, Famille, initiation, pass'découverte (sans certificat médical))

INFORMATIONS TECHNIQUES :

- Carte au 1/15000
- Equidistance 5m.
- Routes strictement interdites (représentées par zig zag violette)
- Pas de point d'eau sur les parcours, prévoyez le nécessaire.
- N'oubliez pas non plus de quoi vous dépanner : pompe,

LEGENDE SPECIFIQUE VTT ORIENTATION

	Chemin: progression rapide (+1.5 m), vitesse 75/100%
	Chemin: progression moyenne (+1.5 m), vitesse 50/75%
	Chemin: progression lente (+1.5 m), vitesse 25/50%
	Chemin: progression difficile (+1.5 m), vitesse max 25%
	Sentier: progression rapide (-1.5 m), vitesse 75/100%
	Sentier: progression moyenne (-1.5 m), vitesse 50/75%
	Sentier: progression lente (-1.5 m), vitesse 25/50%
	Sentier: progression difficile (-1.5 m), vitesse max 25%
	Passage autorisé mais cyclabilité non définie
	Zone découverte à la cyclabilité non définie mais autorisée
	Forêt à la cyclabilité non définie mais autorisée